

《食物本草：2017日历藏书》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2016年11月09日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：精装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787506388993

编辑推荐

食物本草养生珍藏 中华传统文化瑰宝

馈赠亲友健康日历 承载生活美好记忆

中国本草专家郑金生释文，中医药学家张世臣解读偏方，尽得《食物本草》养生之妙。
精选明代宫廷养生秘籍《食物本草》中的263种本草，按四季轮回节令之宜每日呈现。

内容简介

《食物本草：2017日历藏书》，又名《食物本草：皇家养生日历书》，摘录明代宫廷养生秘籍《食物本草》中的263种本草，按照四季顺序、节令之宜周一至周五每日呈现一种，由中国本草专家郑金生释文；周六、周日选取本周经典本草两种，由中医药学家张世臣在原古籍文字基础上概括为“食物本草偏方”，以飨读者。

作者简介

卢和（14-15世纪时期），字廉夫。浙江东阳人。明代丹溪派名医，著有《丹溪纂要》、《食物本草》、《儒门本草》等传世著作。尝编《食物本草》一书，经正德(1506—1521)年间汪颖厘正，分两卷八类(水、谷、菜、果、禽、兽、鱼、味)。又纂《丹溪先生医书纂要》(简称《丹溪纂要》)两卷(1484年)，将当时所见《丹溪衣钵》、《丹溪荟萃》、《丹溪钩玄》、《丹溪心法》等，删正裁取，更加润色，附以己见，广为刊行。全书自中风、伤寒、瘟疫，以至损伤、妇人、小儿证共七十八门，论述简要，方治详备，并附医案。

目录

第一卷 水类 谷类 菜类

第二卷 果类

第三卷 禽类 兽类

第四卷 鱼类 味类

前言

《食物本草》是明代宫廷药典，诞生于公元一五五〇年前后，原古籍现藏于国家图书馆，是海内外目前仅存完整孤本。全书一套四册，约六百页，近五万字，原作者明代卢和，用名医的专业文字记载了三百八十余种中国明代古人生活常用的食、药两用动植物图貌和文字，阐述了食物本草食材的养生疗身功效与药理作用，与稍晚五十年左右成书的《本草纲目》同为中医文化著名药典。

《食物本草》全书使用每种本草一文一图相对照的内容形式，并配以明代宫廷画师用彩色矿料精心绘制的四百九十多幅本草插图，以及书法家用明代官方书体『台阁体』书写的释文，全书无不生动体现了明代精湛的工笔绘画水平和方正精丽的楷书风格，巨细无遗地展示了中国明代皇家食用本草的丰富多样，这给中华后人留下了学术与艺术价值均属上乘的本草养生文化遗产。

载道文化公司出品的《食物本草》古籍还原出版自二〇一三年面市就一直受到国内外社会大众的欢迎和肯定，并一举夺得二〇一三年美国第六十四届『班尼全球图书印制金奖』，这与二〇一五年中国医药学家屠呦呦获诺贝尔生医学奖一起证明了中医文化遗产是民族的，也是世界的。

《食物本草》是明代宫廷药典，诞生于公元一五五〇年前后，原古籍现藏于国家图书馆，是海内外目前仅存完整孤本。全书一套四册，约六百页，近五万字，原作者明代卢和，用名医的专业文字记载了三百八十余种中国明代古人生活常用的食、药两用动植物图貌和文字，阐述了食物本草食材的养生疗身功效与药理作用，与稍晚五十年左右成书的《本草纲目》同为中医文化著名药典。

《食物本草》全书使用每种本草一文一图相对照的内容形式，并配以明代宫廷画师用彩色矿料精心绘制的四百九十多幅本草插图，以及书法家用明代官方书体『台阁体』书写的释文，全书无不生动体现了明代精湛的工笔绘画水平和方正精丽的楷书风格，巨细无遗地展示了中国明代皇家食用本草的丰富多样，这给中华后人留下了学术与艺术价值均属上乘的本草养生文化遗产。

载道文化公司出品的《食物本草》古籍还原出版自二〇一三年面市就一直受到国内外社会大众的欢迎和肯定，并一举夺得二〇一三年美国第六十四届『班尼全球图书印制金奖』，这与二〇一五年中国医药学家屠呦呦获诺贝尔生医学奖一起证明了中医文化遗产是民族的，也是世界的。

今年是国家积极传播中医文化养生保健之年，为积极传播中医本草知识，弘扬本草养生文化，载道文化推出《食物本草：皇家养生日历书》文化精品。日历书摘录《食物本草》古籍本二百六十三种，按照四季顺序周一至周五每日呈现本草一种，内容为原古籍图文及中国本草专家郑金生释文；周六、周日解读本周经典本草两种，中国中医药学家张世臣在原古籍文字基础上概括为“《食物本草》偏方”，以飨读者。

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

偏方

菜类

葱

养生疗疾功效：明目、主伤寒、安胎

文摘

葱，主明目，补中不足。其茎白入手太阴经、足阳明经，可作汤。主伤寒寒热，中风，面目肿，骨肉疼，喉痹不通，安胎。又，茎叶用盐研，贴蛇虫伤、水肿、痛，治蚯蚓毒。

释文

葱的主要作用为明目，补充肠胃不足。葱的茎白入肺和胃。可以做汤食疗，主治伤寒、怕冷发热，中风，面目浮肿，骨头、肌肉疼痛，咽喉肿痛或不畅通，孕妇还可以安胎。将葱的茎和叶用盐末研磨，贴在蛇和虫咬伤之处，可以去除水肿，疼痛；也治疗蚯蚓之毒。

7日

偏方

菜类

芹菜

养生疗疾功效：止血养精、益气

文摘：芹菜，主女子崩中带下，止血养精，保血脉，益气，令人肥健嗜食。置酒酱中香美，和醋食益滋人，但损齿生黑。

释文 偏方菜类葱养生疗疾功效：明目、主伤寒、安胎 文摘

葱，主明目，补中不足。其茎白入手太阴经、足阳明经，可作汤。主伤寒寒热，中风，面目肿，骨肉疼，喉痹不通，安胎。又，茎叶用盐研，贴蛇虫伤、水肿、痛，治蚯蚓毒。

释文

葱的主要作用为明目，补充肠胃不足。葱的茎白入肺和胃。可以做汤食疗，主治伤寒、怕冷发热，中风，面目浮肿，骨头、肌肉疼痛，咽喉肿痛或不畅通，孕妇还可以安胎。将葱的茎和叶用盐末研磨，贴在蛇和虫咬伤之处，可以去除水肿，疼痛；也治疗蚯蚓之毒。

7日 偏方菜类芹菜养生疗疾功效：止血养精、益气

文摘：芹菜，主女子崩中带下，止血养精，保血脉，益气，令人肥健嗜食。置酒酱中香美，和醋食益滋人，但损齿生黑。

释文

芹菜主治女子经量过多和白带，有止血之效，可使人保养精神，保护血脉，补气，使人身体强健，食欲好。放在酒、酱中食用非常香美，与醋一起食用更加滋补人体，只是会损伤牙齿，使牙齿变黑。

8日 偏方果类柿养生疗疾功效：润心肺、健脾、厚肠胃 文摘

柿，主通耳鼻气，润心肺。乌柿，火熏捻作饼者，温，止痢及润声喉，杀虫。干柿，日暴（pu 四声）干者，微冷，厚肠胃，涩中健脾，润声喉，杀虫，多食去面𦍋（gan 三声）及腹中宿（su 四声）血。酥蜜煎食，益脾。 释文

柿子，主要作用使耳鼻的气息通畅，滋润心肺。乌柿，是用火熏烤制成的饼状，性温，吃了能止泻痢，润嗓子利音声，能杀灭人体内的寄生虫。干柿，是阳光暴晒之后的干柿，性微冷，可以厚肠胃，涩中，健脾，滋润嗓子，能杀灭人体内的寄生虫，多吃能去除脸上的面斑以及胃肠中的积存的病理性出血。用酥酪与蜂蜜煎食干柿，有健脾的功效。

[显示全部信息](#)

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)